四庫全書

子部

欽定四庫全書

子部

普濟方卷二百五十七

詳校官太醫院吏目臣宋桂

編修臣倉聖脈覆勘

總校官中書臣朱鈐

校對官中書臣范來宗

謄録監生臣左熙世

普濟方卷二百五十七　　明　周王朱橚　撰

食治門

總論

夫天產動物地產植物陰陽稟質氣味渾然飲和食德節適而無過則入於口達於脾胃入於鼻藏於心肺氣味相成神乃自生平居暇日賴以安平日無足於此一有疾疢資以治療者十去其九是以別五肉五菓五菜

必先之五穀以夫生生不窮莫如五穀為種之美也辨五益為助為充必先之為養以夫五物所養皆欲其充實之美也非特如此精順五氣以為靈若食氣相惡則為傷精形受五味以成體若食味不調則為損形陰勝陽病陽勝陰病陰陽和調人乃平康故曰安身之本必資於食不知食宜不足以存生人日食有成敗百姓日用而不知茍明此道則安臟腑資血氣悅神爽志平疴去疾夫豈淺淺耶○扁鵲云人之所依者形也亂於和

氣者病也理於煩毒者藥也濟命扶危者醫也安身之本必資於食救疾之速必憑於藥不知食宜者不足以存生也不明藥者不足以除病也此上二事有靈之所要也若忽不學誠可悲夫是故食能排邪而安臟腑悅神爽志以資血氣若能用食平疴釋情遣疾者可謂良工長年餌老之奇法極養生之術也夫為醫者當須先洞曉病須知其所犯以食治之食療不愈然後命藥藥性剛烈猶若御兵兵之猛暴豈容妄發用乘其宜損傷

處衆藥之投疾殃濫亦然高平生喜稱食不欲雜雜則或有所犯有所犯者或有所傷或當時雖無灾者苦積久為人作惡又食啖鮭肴務令簡少魚肉果實取益人者而食之凡常飲食每令節儉若貪味多餐臨盤太飽食訖覺腹中膨脝短氣或致暴疾仍為霍亂又夏至以後迄至秋分必須勝肥膩餅臛酥油之屬此物與酒漿瓜果理極相妨夫在身所以多疾者皆由春夏取冷太過飲食不節故也又魚鱠諸腥冷之物多損於人斷之

益善乳酪酥等常食令人有筋力膽幹肌體潤澤卒多食之亦使臚脹洩利漸漸自己○黄帝曰五味入於口也各有所走各有所病酸走筋多食酸令人癃不知所以然方俞曰酸入胃也其氣濇以收也上走兩膲兩膲氣濇之不能出入不出即流於胃中胃中和温即下注膀胱膀胱走胞胞薄以耎得酸則縮卷約而不通水道不利故癃也陰者精筋之所中聚也故酸入胃走於筋也○鹹走血多食鹹令人渴何也荅曰鹹入胃也其氣

走中膲注於諸脈脈者血之所走也與鹹相得即血凝凝則胃中汁泣汁泣則胃中乾渴甲乙云凝則胃中汁注之注之則胃渴渴則咽焦焦故舌乾喜渴血脈者中膲之道也故鹹入胃走於血皇甫士安云腎合三膲之脈雖屬腎心而為中焦之道故鹹入而走血也○辛走氣多食辛令人愠心何也答曰辛入胃也其氣走於上膲上膲者受使諸陽者也薑韭之氣重至榮衛榮衛下時受之却留於心下故愠愠痛也辛味與氣俱行故辛入胃而走氣與俱出故氣氣盛也○苦走骨多食苦令人

變嘔何也答曰苦入胃也其氣燥而涌泄五穀之氣皆不勝苦苦入下脘下脘者三膲之道皆閉則不通不通故氣變嘔也齒者骨之所終也故苦入胃而走骨入而復出齒必黧疎皇甫士安云水火相濟故骨氣通於心○甘走肉多食甘令人惡心何也答曰甘入胃也甘氣弱劣不能止進於上膲而與穀俱留於胃中甘入則柔柔則緩蚘動蚘動則令人惡心其氣外通與肉故甘走肉則肉多栗起而胝皇甫士安云其氣通於皮故曰甘入走皮矣皮者肉之附雖屬肺於肉連體故甘潤肌肉并於皮也

○黄帝問曰穀之五味所主可得聞乎伯高對曰夫食風者則有靈而輕舉食氣者則和静而延壽食穀者則有知而勞神食草者則愚癡而多力食肉者則勇猛而多嗔是以肝木青色宜酸心火赤色宜苦脾土黄色宜甘肺金白色宜辛腎水黑色宜鹹内為臓外主五行色配五方○肝合筋其榮爪心合脈其榮色脾合肉其榮唇肺合皮其榮毛腎合骨其榮髮○多食酸則皮槁而毛失多食苦則筋急而爪枯多食甘則骨痛而髮落多

食辛則肉胝而唇褰多食酸則脈凝泣而色變○肝病宜食麻犬肉李韭心病宜食麥羊肉杏薤脾病宜食稗米牛肉棗葵肺病宜食黃粟雞肉桃葱腎病宜食大豆黃黍豕栗藿素問云肝色青宜食甘粳米牛肉棗葵皆甘心色赤宜食酸小豆大肉李韭皆酸肺色白宜食苦麥羊肉杏薤皆苦脾色黃宜食鹹大豆豕肉栗藿皆鹹腎色黑宜食辛黃黍雞肉桃葱皆辛○酸走筋筋病勿食酸苦走骨骨病勿食苦甘走肉肉病勿食甘辛走氣氣病勿食辛鹹走血血病勿食鹹○米飯甘素問云粳米甘麻酸素問云小豆酸大豆鹹麥苦棗甘李酸栗鹹

杏苦桃辛黄黍辛葵甘韭酸藿鹹薤苦葱辛牛甘犬酸豕鹹羊苦雞辛○肝苦急急食甘以緩之肝欲散急食辛以散之用酸瀉之禁當風心苦緩急食酸以収之心欲耎急食酸以耎之用甘瀉之禁温食厚衣脾苦濕急食苦以燥之脾欲緩急食甘以緩之用苦瀉之禁温食飽食濕地濡衣肺苦氣止逆息者急食苦以泄之肺欲収急食酸以収之用辛瀉之禁無寒飲無寒衣腎苦燥急食辛以潤之開腠理潤致津液通氣也腎欲堅急食

苦以結之用鹹瀉之無犯焠𤷊無熱衣溫食是以毒藥攻邪五穀為養五肉為益五菓為助五菜為充精以食氣氣養精以榮五色形以食味味養形以生力此之謂也神藏有五五五二十五種形藏有四方四時四季四肢共為五九四十五以此輔神可長生久視也精順五氣以為靈也若食氣相惡則傷精也形受味以成也若食味下調則損形也是以聖人先用禁以存性後治藥以防命也故形不足者溫之以氣精不足者補之以味

氣味溫補以存形精岐伯云陽為氣隂為味味歸形形歸氣氣歸精精歸化精食氣形食味化生精氣生形味傷形氣傷精化為氣氣傷於味隂味出下竅陽氣出上竅厚者為隂薄者為隂之陽氣厚者陽氣薄者陽之隂味厚則泄薄則通流氣薄則發泄厚則秘塞素問作發熱壯火之氣衰少火之氣壯壯火食氣氣食少火壯火散氣少火生氣辛甘發散為陽酸苦涌泄為隂隂勝則陽病陽勝則隂病隂陽調和人則平安春七十二日省酸增

甘以養脾氣夏七十二日省苦增辛以養肺氣秋七十二日省辛增酸以養肝氣冬七十二日省鹹增苦以養心氣季月十八日省甘增鹹以養腎氣○果實○檳榔味辛溫濇無毒消穀逐除痰澼殺三蟲去伏尸治寸白○豆蔻味辛溫濇無毒溫中主心腹痛止嘔吐去口臭○葡萄味甘辛平無毒主筋骨溫脾益氣倍力强志令人肥健耐飢忍風寒久食輕身延年治腸間水調中釀酒常飲益人利小便○覆盆子味甘辛平無毒益氣輕

身令髮不白○大棗味甘辛熱滑無毒主心腹邪氣安中養脾氣平胃氣通九竅補少氣津液身中不足大驚四肢重可如百藥補中益氣强志除心煩治腸澼久服輕身不飢神仙○生棗味甘辛多食令人熱氣脹若寒熱羸瘦者彌不可食傷人○藕實味甘寒無毒食之令人心歡止渴去熱補心養神益氣除百病久服輕身耐老不飢延年一名水芝生根寒止熱渴破流血○雞頭實味甘平無毒主食脾腰脊膝疼補中除暴疾益精氣

强志意耳目聰明久服輕身不飢耐老神仙〇芰實味
甘辛平無毒安中補五臟不飢輕身一名蔆黄帝云七
月勿食生蔆芰作蟯蟲〇栗子味鹹温無毒益氣厚腸
胃補腎氣令人耐飢生食之甚治腰脚不遂〇櫻桃味
甘平濇調中益氣可多食令人好顔色美志性〇橘柚
味辛温無毒主胸中不熱逆氣利水穀下氣止嘔欬除
膀胱留熱停水破五淋利小便治脾不能消穀却胸中
吐逆霍亂止瀉利去寸白久服去口臭下氣通神輕身

長生一名橘皮陳久者良○津符子味苦平滑多食令人口爽不知五味○梅實味酸平濇無毒下氣除熱煩滿安心止肢體痛偏枯不仁死肌去青黑誌惡疾止下利唾口乾利筋脈多食壞人齒○柹味甘寒濇無毒通和五氣主腸澼不足及火瘡金瘡止痛○木瓜實味酸鹹温濇無毒主濕痹氣霍亂大吐下後脚轉筋不止其生樹皮無毒亦可煑用○榧實味甘平濇無毒主五痔去三蟲殺蠱毒鬼疰惡毒○甘蔗味甘平濇無毒平氣

和中補脾氣利大腸止渴去煩解酒毒○葜棗味苦冷濇無毒多食動宿病益冷氣發欬嗽○芋味辛平滑有毒寛腸胃充肌膚滑中一名土芝不可多食動宿冷○又烏芋味苦甘微寒滑無毒主消渴痹熱益氣一名籍姑一名水萍三月採○杏核仁味甘苦温冷而利有毒主欬逆上氣腸中雷鳴喉痺下氣産乳金瘡寒心奔肫驚癎心下煩熱風氣去来時行頭痛解肌消心下急殺狗毒五月採之其一核兩仁者害人去之杏實尚生味

極酸其中核猶未變者採之曝乾以食甚止渴去冷熱毒扁鵲云杏仁不可久服之令人目盲眉髮落動一切宿病○桃核仁味甘苦辛平無毒破瘀血血閉逐邪氣殺小蟲治欬逆上氣消心下煩除卒暴繫血破癥瘕通目水止心痛七月採凡一切果核中有兩仁者並害人不可用其實味酸無毒多食令人有熱黃帝云飽食桃入水浴成淋病○李核仁味苦平無毒主僵仆躋瘀血骨痛實味苦酸微温濇無毒除故熱調中宜心不可多

食令人虛黄帝云李子不可和白蜜食蝕人五内○梨味甘微酸寒澁有毒除客熱止心煩不可多食令人寒中金瘡産婦勿食令人萎困寒中○林檎味酸苦平澁無毒止渴好唾不可多食令人百脈弱○柰子味酸苦寒澁無毒耐飢益人心氣不可多食令人臚脹久病人食之其病尤甚○安石榴味甘酸澁無毒止咽燥渴不可多食損人肺○枇杷葉味苦平無毒主惡不止下氣正爾削取生樹皮嚼之少少咽汁亦可煑汁冷服大佳

○胡桃味甘冷滑毒不可食多動痰飲令人惡心吐水吐食○菜蔬○枸杞葉味苦平濇無毒補虛羸益精髓諺云去家千里勿食蘿藦枸杞此則強陽道資陰氣速疾也○蘿藦味甘平無毒一名苦丸其葉厚大作藤生摘之有白汁出人家多種亦可茹或作生噉亦可蒸煑食之補益與枸杞葉同○瓜子味平無毒令人光澤好顔色益氣不飢久服輕身耐老又除胸滿心不樂久食寒中可作面脂一名水芝一名白瓜子即冬瓜仁也八

月採白冬瓜味甘微寒無毒除小腹水脹利小便止消渴○凡瓜味甘寒滑無毒去渴多食令陰下癢濕生瘡發黃疸○黃帝云九月勿食被霜瓜向冬發寒熱及溫病初食時即令人欲吐也食竟心內作停水不能自消或為反胃凡瓜入水沉者食之得冷病終身不瘥○越瓜味甘平無毒不可多食損腸胃○胡瓜味甘寒有毒不可多食動寒熱多瘧病積瘀血熱○早青瓜味甘寒無毒食之去熱煩不可久食令人多忘○冬葵子味甘

寒無毒主五臟六腑寒熱羸瘦破五淋利小便婦人乳難血閉久服堅骨肌肉輕身延年十二月採葉甘寒滑無毒宜脾久食利胃氣其心傷人百藥忌食心心有毒黄帝云霜葵陳者生食之動五腫流飲飲盛則吐水凡葵菜和鯉魚食之害人四季之月土王時勿食生葵菜令人飲食不化發宿病○莧菜實味甘寒濇無毒主青盲白翳明目除邪氣利大小便去寒熱殺蚘蟲久服益氣力不飢輕身一名馬莧一名莫實即馬齒莧菜也治

反花瘡○小莧菜味甘寒滑無毒可久食益氣力除熱不可共鱉肉食成鱉瘕蕨菜亦成鱉瘕○邪蒿味甘温濇主胸膈中臭惡氣利腸胃○苦菜味苦大寒滑無毒主五臟邪氣厭穀胃脾腸大渴熱中暴疾惡瘡久食安心益氣聰察少臥輕身耐老耐飢寒一名荼草一名選一名遊冬冬不死四月上旬採○薺菜味甘温濇無毒利肺氣和中殺諸毒其子主明目目痛淚出其根主目濇痛○蕪青及蘆服菜味苦冷濇無毒利五臟輕身益

氣宜久服○蕪青子明目九蒸曝療黄疸利水便久服神仙根主消風熱毒腫不可多食令人氣脹○菘菜味甘温濇無毒久食通利腸胃除胸中煩解消渴本是蔓菁也種之江南即化為菘亦如枳橘所生土地隨變○芥菜味辛温無毒歸鼻除腎邪大破欬逆下氣利九竅明目聰耳安中久食温中又云寒中其子味辛辛亦歸鼻有毒主喉痹去一切風毒黄帝云芥菜不可共兎肉食成惡邪病○苜蓿味苦辛平濇無毒安中利人四體

可久食○荏子味苦辛無毒主欬逆下氣溫中補髓其
葉主調中去臭氣九月採陰乾用之油亦可作油衣○
蓼實味溫辛無毒明目溫中解肌耐風寒下水氣面目
浮腫却癰疽其菜辛歸舌治大小腸邪氣利中益智黄
帝云蓼食過多有毒發心痛和生魚食之令人脫氣陰
核疼痛求死婦人月事不用食蓼及蒜喜為血淋帶下
二月勿食蓼傷人腎扁鵲云蓼久食令人寒熱損骨髓
殺丈夫陰氣少精○葱實味辛溫無毒宜肺氣辛歸頭

明目補中不足其莖白平滑可作湯主傷寒寒熱骨肉
辟痛能出汗治中風面目浮腫喉痺不通安胎殺桂其
青葉温辛歸目除肺中邪氣安中利五臟益目精發黄
疸殺百藥毒其根鬚平主傷寒頭痛葱中涕及生葱汁
平滑止尿血解黎蘆及桂毒黄帝云食生葱即噉蜜變
作下利食燒葱并噉蜜擁氣而死正月不得食生葱令
人面上起遊風○格葱味辛微温無毒除瘴氣惡毒久
食益膽氣强志其子主洩精○薤味苦辛温滑無毒宜

心辛歸骨主金瘡瘡敗能生肌肉輕身不飢耐老菜芝
也除寒熱去水氣溫中散結氣利產婦病人諸瘡中風
寒水腫生搗傳之骨在咽不下者食之則去黃帝云薤
不可共肉作羹食之成瘕疾韭亦然十月十一月十二
月勿食薤令人多涕唾○韭味辛酸溫濇無毒辛歸心
宜肝可久食安五臟除胃中熱不利病人其心腹有痼
冷者食之必加劇其子主泄精尿色白根煑汁以養髮
黃帝云霜韭凍不可生食動宿飲飲盛必吐水五月勿

食韭損人滋味令人乏氣力二月三月宜食韭大益人心○白蘘荷味辛微温濇無毒主中蠱及瘧病擣汁服三合日二生根立諸瘡○菾菜味苦大寒無毒主時行壯熱解風熱惡毒　紫蘇味辛微無毒下氣除寒中其子尤善○雞蘇味辛微温濇無毒主吐血下毒一名水蘇○羅勒味苦辛温平濇無毒消停水散毒氣不可久食濇榮衛諸氣○蕪荑味辛平熱滑無毒主五内邪氣散皮胃骨節中淫淫温行毒去三蟲能化宿食不消逐

寸白散腹中温喘息一名無菇一名蔽𧆛盛器物中甚
辟水蛭其氣甚臭即北山榆子作之凡榆莢味甘平滑
無毒主小兒癇小便不利傷暑熱困悶煑汁冷服生榆
白皮味甘冷無毒利小便破五淋花主小兒頭瘡○葫
荽子味酸平無毒消穀能復食味葉不可久食令人多
忘華陀云葫荽菜患氣臭𧏾齒人食之加劇復肉患利
氣者彌不得食食之發宿病金瘡尤忌○海藻鹹寒滑
無毒主瘿瘤結氣散頸下鞕核痛者腸内上下十二水

腫利小便起男子陰氣○昆布味鹹寒滑無毒下十二水腫癭瘤結氣瘻瘡破積聚○茼蒿味辛平無毒安心氣養脾胃消痰飲○白蒿味苦辛平無毒養五臟補中益氣長老髮久食不死白兎食之仙○吴葵一名蜀葵味甘微寒滑無毒花定心氣葉除客熱利腸胃不可久食鈍人志性若食之被狗齧者瘡永不瘥○藿味鹹寒濇無毒宜腎主大小便數去煩熱○香菜辛微溫主霍亂腹痛吐下散水腫煩心去熱○甜瓠味甘平滑無毒

主消渴惡瘡鼻口中肉爛其葉味甘平主耐飢扁鵲云患脚氣虛脹者不得食之患永不除○蓴味甘寒滑無毒主消渴熱痹多食動痔漏病○落葵味酸寒無毒滑中散熱實光澤人面一名天葵一名蘩露○蘩蔞味酸平無毒主積年惡瘡不愈者五月五日日中採之即名滋草一名雞腸草乾之燒作焦灰用扁鵲云丈夫患惡瘡陰頭及莖作瘡膿爛疼痛不可堪忍久不瘥者以灰之分蚯蚓新出屎泥二分以少水和研緩如煎餅麪以

泥瘡上乾則易之禁酒麪五辛幷熱食等黄帝云蘩蔞合組鮓食之發消渴病令人多忘別有一種近水渠中溫濕處冬生甚壯類葫荽一名雞腸菜可以療痔病一名天葫荽○蕺味辛微溫有小毒主蠼螋尿瘡多食令人氣喘不利人脚多食脚痛○葫味辛溫有毒辛歸五臟散癰疽治𧏾瘡除風邪殺蠱毒氣獨子者最良黄帝云生葫合鯖魚鮓食之令人腹內生瘡腸中腫又成疝瘕多食生葫行房傷肝氣令人面無色四月八月勿食

葫傷人神損膽氣令人喘悸脇肋氣急口味多爽○小蒜味辛溫無毒主歸脾腎主霍亂腹中不安消穀理胃氣溫中除邪痹毒氣五月五日採曝乾葉主心煩痛解諸毒小兒丹瘮不可久食損人心力黃帝云食小蒜啖生魚令人奪氣陰核痛求死三月勿食小蒜傷人志性○茗葉味苦鹹酸冷無毒可久食令人有力悅志微動氣黃帝云不可共韭食令人身重○蕃荷菜味苦辛溫無毒可久食却腎氣令人口氣香潔主辟邪毒除勞弊

形瘦疲倦者不可久食動消渴病○蒼耳子味苦甘温葉味苦辛微寒濇有小毒主風頭疼寒痛風濕痺四肢拘急攣痛去惡肉死肌膝痛溪毒久服益人氣耳目聰明强志輕身一名相葈一名地葵一名葹一名長思蜀人名羊負來秦名蒼耳魏名儫刺黄帝云戴甲蒼耳不可共諸肉食害人食甜粥復以蒼耳甲下之成走注又患兩肋立秋後忌食之○食茱萸味辛苦大温無毒九月採停陳久者良其子閉口者有毒不可用止痛下氣

除欬逆去五臟中寒冷溫中諸冷實不消其生白皮主
中惡腹痛止齒疼其根細者去三蟲寸白黃帝云六月
七月勿食茱萸傷神氣令人起伏氣咽喉不通徹賊風
中人口僻不能語者取茱萸一升去黑子及合口者好
豉三升二物以清酒和煮四五沸取汁冷服半升日三
得小汗瘥蠆螫人嚼茱萸封上止○蜀椒味辛大熱有
毒主邪氣溫中下氣留飲宿食能使痛者癢癢者痛久
食令人乏氣失明主逆逐胃中寒冷去死肌濕痺痛心

下冷氣除五臟六腑寒百骨節中積冷温瘧大風汗自出者止下利散風邪合口者害人其黑子者有小毒下水仲景云熬用之黄帝云十月勿食椒損人心腸傷血脈○乾薑味辛温無毒主胸中滿欬逆上氣温中止漏血出汗逐風濕痹腸澼下利寒冷腹中痛惡霍亂脹滿風邪諸毒皮膚間結氣止唾血生者尤良○生薑味辛微温無毒辛歸五臟主傷寒頭疼去痰下氣通汗除胃中寒欬逆上氣止嘔吐去胸中膈上臭氣通神明黄帝

云八月九月勿食薑傷人神損壽胡居士云薑殺腹內長蟲久服令人少志少志傷心性○菫葵味苦平無毒久服除人心煩急動痰冷身重多懈惰○芸薹味辛寒無毒主腰脚痺若舊患腰脚痛者不可食必加劇又治游腫丹毒益胡臭解禁況之輩出五明經其子主夢中泄精與鬼交者胡居士云世人呼為寒菜甚辣胡臭人食之病加劇隴西氐羌中多種食之○竹笋味甘微寒無毒主消渇利水道益氣力可久食患冷人食之心痛

○野苣味苦平無毒久服輕身少睡黄帝云不可共蜜食之作痔又曰苣味苦平無毒益筋力黄帝云不可共酪食之作蟲○蔄香菜味苦辛微寒濇無毒主霍亂辟熱除口氣臭肉和水煑下少許即無臭故曰蔄香醬臭末中亦香其子主蛇咬瘡久不瘥者擣傅之又治九種瘻○蕈菜味苦寒無毒主小兒火丹諸毒腫去暴熱○藍菜味甘平無毒久食大益腎填髓腦利五臟調六腑胡居士云河東隴西羌胡多種食之漢地尠有其葉大

厚煑食甘美經冬不死春亦有英其花黄生角結子子甚治人多睡○篇竹葉味苦平濇無毒主侵淫疥瘑疽痔殺三蟲女人陰蝕扁鵲云煑汁與小兒冷服治蛔蟲○靳菜味苦酸冷濇無毒益筋力去伏熱治五腫黄病生擣絞汁冷服一升日二黄帝云五月五日勿食一切菜發百病凡一切菜熟者熱食時病瘥後一切肉並蒜食禁行房病發必死時病瘥後未健食生青菜者手足必青腫時病瘥未健食青菜禁行房病更發死十月勿

食被霜菜令人面上無光澤目濇痛又瘧發心痛腰疼或致心瘧發時手足十指爪皆青困痿○穀米○薏苡仁味甘温無毒主筋拘攣不可屈伸久風濕痺下氣久服輕身益力其生根下三蟲名醫云薏苡仁除筋骨中邪氣不仁利腸胃消水腫令人能食一名贛一名感米人多種食之○胡麻味甘平無毒主腸中虛羸補五内益氣力長肌肉填髓腦堅筋骨療金瘡止痛及傷温瘧大吐下後虛熱困乏久服輕身不老聰明耳目耐寒暑

延年作油微寒主利大腸産腹胞衣不生者摩瘡痛生禿髮去頭面遊風一名巨勝一名狗虱一名方莖一名鴻藏葉名青蘘主傷暑熱花主生禿髮七月採最上標頭者陰乾用之○白麻子味甘平無毒宜肝補中益氣肥健不老治中風汗出逐水利小便破積血風毒腫復血脉産後乳餘疾能長髮可為沐藥久服神仙○粘味微甘無毒補虚冷益氣力止腸鳴咽痛除唾血去卒嗽○大豆黄卷味甘平無毒主久風濕痺筋攣膝痛除五

臟胃氣結積益氣止毒去黑誌面䵟潤澤皮毛宜腎生
大豆味甘平無毒生搗淳酢和塗之治一切毒腫并止
痛煑汁冷服之殺鬼逐水脹除胃中熱却風痺傷中淋
露下瘀血散五臟結積内寒殺烏頭三健解百藥毒不
可久服令人身重其熬屑味甘平無毒主胃中熱去身
腫除痺消穀止腹脹九月採黄帝云服大豆屑忌猪肉
炒豆不得與一歲以上十歲以下小兒食食竟噉猪肉
必擁氣死○赤小豆味甘平冷無毒下水腫排血濃一

名赤豆不可久服令人枯燥○青小豆味甘鹹温平濇
無毒主寒熱熱中消渴止泄利利小便除吐逆卒澼下
腹脹満一名麻累一名胡豆黄帝青小豆合鯉魚鮓食
之令人乾黄五年成乾痟病○大豆豉味苦寒濇無毒
主傷寒頭痛寒熱瘴脹氣惡毒焦燥満悶虚勞喘吸兩
脚疼冷殺六畜胎子諸毒○扁豆味甘微温無毒和中
下氣其葉平主霍亂吐下不止○喬麥味酸微寒無毒
食之難消動大熱風其葉主食動剌風令人身癢黄帝

云作麪和拌羊肉熱食之不過八九頓作熱風令人眉髮落又還生仍希少涇邠以北多患此病○大麥味鹹微寒滑無毒宜心主消渴除熱久食令人多力健行作糵温消食和中熬末令赤黒擣作麨止泄利和青酢醬服之日三夜一○小麥味甘微寒無毒養肝氣去客熱止煩渴咽燥利小便止漏血令女人孕必得易作麪六月作者温無毒主小兒癎食不消下五痔蟲平胃氣消穀止痢作麪無毒不能消煩止熱不可多食長宿澼加

客氣難治○青粱米味甘微寒無毒主胃痺熱中除消渴止泄痢小便益氣力補中輕身長年○黃粱味甘平無毒益氣和中止泄痢人呼竹根米又却當風卧濕寒中暑○白粱米味甘微寒無毒除熱益氣○粟米味鹹微寒無毒養腎氣去骨痺熱中益氣○陳粟米味苦寒無毒主胃中熱消渴利小便○丹黍米味苦微寒無毒主欬逆上氣霍亂止泄利除熱去煩渴又白黍米味甘辛溫無毒宜肺補中益氣不可久食多熱令人煩黃帝

云種黍米合葵食之令人成痼疾又以脯腊著五種黍米中藏儲食之去令人閉氣○陳廩米味鹹酸微寒無毒除煩熱下氣調胃止泄痢黄帝云久藏脯腊安米中滿三月人不知食之害人○蘖米味苦微温無毒主寒中下氣除熱○秫米味甘微寒無毒主寒熱利大腸治漆瘡○酒味苦甘辛大熱有毒行藥勢殺百邪惡氣黄帝云暴雨後飲酒者膈上變為伏熱食生菜飲酒莫炙服令人腸結扁鵲云久飲酒者腐腸爛胃潰髓蒸筋傷

神損壽醉當風卧以扇自扇成惡風醉以冷水洗浴成疼痺大醉汗出當以粉粉身令其自乾發成風痺當日未落食訖即莫飲酒終身不乾嘔飽食訖多飲水及酒成痞病○稷米味甘平無毒益氣安神補虗和胃宜痺○粳米味辛苦平無毒主心煩斷下利平胃氣長肌肉温中一云生者冷燔者熱○糯米苦温無毒温中令人能食多熱大便鞕○酢味酸温濇無毒消癰腫散水氣殺邪氣毒血運扁鵲云多食酢損人骨能理諸藥消毒

熱○鹽味鹹温無毒殺鬼蠱邪注毒氣下部𧏾瘡傷寒

寒熱能吐胸中痰澼止心腹卒痛堅肌骨不可多食傷

肺喜欬令人色膚黑損筋力扁鵲云鹽能除一切大風

疾痛者炒熨之黄帝云食甜粥竟食鹽即吐或成霍亂

○鳥獸○人乳汁味甘平無毒補五臟令人肥白悦澤

○馬乳汁味辛温無毒止渴○牛乳汁味甘微寒無毒

補虚損止渴入生薑葱白止小兒吐乳補勞○羊乳味

甘微温無毒補寒冷虚乏少血色令人熱中○驢乳汁

味酸寒一云大寒無毒主大熱黄疸止渴○母猪乳汁味平無毒主小兒驚癎以飲之神妙○馬牛羊酪味甘酸微寒無毒補肺臟利大腸黄帝云食甜酪竟即食大酢者變作血瘕及尿血華佗云馬牛羊酪蚰蜒入耳者灌之即出○沙牛及白羊酥味甘微寒無毒除胸中客氣利大小腸又治口瘡○犛牛酥味甘平無毒去諸風濕痺除熱利大便去宿食○醍醐味辛平無毒補虚去諸風痺百鍊乃佳甚去月蝕瘡添髓和中填髓久服增

年○熊肉味甘微寒微温無毒主風痺不仁筋急五緩若腹中有痰聚寒熱羸瘦者食熊肉病永不除其脂味甘微寒治法與肉同又去頭瘍白禿皮黚黯食飲嘔吐久服强志不飢輕身長年黄帝云一切諸肉煑法不熟生不斂者食之成瘕熊及猪二種脂不可作燈其烟氣入人目失明不能逺視○羖羊角味酸苦温無毒微寒主青盲明目殺疥蟲止寒泄心畏驚悸除百節中結氣及風傷蠱毒吐血婦人産後餘痛焼之殺鬼魅辟虎狼

久服安心益氣輕身勿令中濕有毒髓味甘温無毒主男子婦人傷中陰陽氣不足却風熱止毒利血脉益經氣以酒服之亦可久服不損人○青羊膽汁冷無毒能生人身脉治青脉明目肺平補肺治瘦止渴多小便傷中止虛補腎不足去風邪肝補肝明目心主憂上志膈中逆中氣腎補腎氣虛弱益精髓頭痛主小兒驚癇煑以浴之蹄温平主丈夫五勞七傷肉味甘苦大熱無毒主煖中止痛安乳餘疾及頭腦中大風汗自出虛勞寒

冷能補中益氣力安心止驚利産不利時患病頭肉平主風眩瘦疾小兒驚癇丈夫五勞七傷其骨熱主虚勞寒中羸瘦其宿有熱者不可食生脂止下利脫肛去風毒婦人産後腹中絞痛肚主胃反治虚羸小便數至虚汗黄帝云羊肉酢食之傷人心亦共生魚酪和食之害人凡一切羊蹄甲中有珠子白者名羊懸筋食之令人癲白羊黒頭食其腦作腸癰羊肚共飯飲常食久成反胃作噎病甜粥共肚食之令人多唾喜吐青水羊腦猪

腦男子食之損精氣少子若飲食者爛研如粉和醋食之然終不若不食為佳青羊肝和小豆食之令人目少明一切羊肝生共椒食之破人五臟傷心最損小兒彌忌水中柳木及白楊木不得同器中煑殺羊肉食之丈夫損陽女子絶陰暴雨後不可食羊肉髓及骨汁成煩熱難解還動利凡六畜五臟著草自動揺及得鹹酢不變色又隨地不汚又與犬犬不食者皆有毒殺人六月勿食羊肉傷人神氣○沙牛髓味甘温無毒平胃氣通

十二經脈理三膲微温骨髓補中續絶傷益氣力止泄
利去消渴皆以清酒和暖服之肝明目膽可丸百藥味
苦大寒無毒除心腹熱渴止下利去口焦燥益目精心
主虛弱腎主濕痺補腎氣益精力主小兒驚癇肉味甘
平無毒消渴止唾涎出安中益氣力養脾胃氣不可常
食發宿病自死者不可食喉嚨主小兒痺〇黄犍沙牛
黑牯牛尿味苦辛温微平無毒主水腫腹脚俱滿者利
小便黄帝云烏牛自死北首食其肉害人一切牛盛熱

時卒死者總不堪食食之作腸癰患甲蹄牛食其蹄者
誤食蹄中巨筋令人作肉刺獨肝牛肉食之殺人牛食
蛇者獨肝患疥牛馬食之令人身體癢牛肉共豬肉食
之必作寸白蟲凡丹黍米白酒牛肉共食亦作寸白蟲
尤忌人下利者自死牛肉心加劇一切牛馬乳汁及酪
共生魚食之成魚瘕六畜脾人一生莫食十二月勿食
牛肉傷人神氣○馬心主喜忘肺主寒熱莖痿肉味辛
苦平冷無毒主傷中除熱下氣長筋强腰脊壯健强志

利意輕身不飢黄帝云白馬自死食其肉害人白馬元頭食其腦令人癲白馬鞍下鳥色徹肉裏者食之傷人五臟下利者食馬肉必加劇白馬青蹄肉不可食一切馬汗氣及毛不可入食中害人諸食馬肉必煩悶者飲以美酒則解白酒則劇五月勿食馬肉傷人神氣○野馬陰莖味酸鹹無毒温主男子陰痿縮少精肉辛平無毒主人驚癇筋脉不能自收周痺飢不仁病死者不任用○驢肉味酸平無毒主風狂愁憂不樂能安心氣病

死者不任用其頭燒却毛煑取汁以浸麴釀酒甚治大風動揺不伏者皮膠亦治大風○狗陰莖味酸平無毒主傷中丈夫陰萎不起腦主頭風部痺下𧏙瘡中息肉肉味酸鹹温無毒宜腎安五臟補絶傷勞損久病大虚者服之輕身益氣力黄帝云白犬合海鮋食之必得惡病白犬自死不出舌者不可食犬春月狂若鼻赤起而燥者此欲狂其肉不任食九月勿食犬肉傷人神氣○狍卵味甘温無毒除陰莖中痛驚癇鬼氣蠱毒除寒熱

賁豚五陰邪氣攣縮一名豘顛陰乾勿令敗豘肉味辛
平有小毒不可久食令人遍體筋肉碎痛乏氣大猪後
脚蹄甲無毒主五痔伏熱在腹中腸癰内蝕取酒浸半
日炙焦用之四蹄小寒無毒主傷撻諸敗瘡母猪蹄寒
無毒煑汁服之下乳汁甚解石藥毒大猪頭肉平無毒
補虛乏氣力去驚癇鬼毒寒熱五癃腦主風眩心平無
毒主驚邪憂恚悸氣逆婦人産後中風聚血氣驚恐腎
平無毒除冷利理腎氣通膀胱肝味苦平無毒主明目

猪喙微寒無毒補中益氣止渴斷暴利虛弱腸微寒無毒主消渴小便數補三膲虛竭其肉間脂肪平無毒主煎諸膏藥破冷結散宿血解斑猫芫青毒主洞腸挺出血多者猳猪肉味苦酸冷無毒主狂病多日不愈凡猪肉味苦微寒宜腎有小毒補腎氣虛竭不可久食令人少子精發宿病益筋骨閉血脈虛人肌有金瘡者食之瘡尤甚猪血平澁無毒主卒下血不止美酒清者和炒服又主中風絕傷頭中風眩及諸淋露貢肫暴氣黃帝

云凡豬肝肺共魚鱠食之作癰疽肝共鯉魚腸魚子食之傷人神犯腦損男子陽道八月勿食豬肺及粘和食之至冬發疽十月勿食豬肉損人神氣○鹿頭肉平主消渴多夢接見生血治癰腫埜主勞損蹄肉主脚膝骨中疼痛不能踐地骨主肉虛續絶傷解骨可作酒髓味甘温主丈夫婦人傷中脉絶筋急痛欬逆以酒和服腎平主補腎氣肉味苦温無毒補中强五臟益氣力肉生者主中風口僻不正細細碎剉以薄僻上華佗云和生

椒擣薄使一人專看正則去之不爾復牽向不僻處角
鎊取屑一升白蜜五升溲之微火熬令小變色暴乾更
擣篩服方寸匕日三令人輕身益氣力强髓補絶傷黄
帝云鹿膽白者食其肉害人不可和蒲白作羮食發惡
瘡五月勿食鹿肉傷人神氣胡居士云鹿性驚烈多别
良草恒食九物餘者不常羣處必依山岡産歸下澤饗
神用其肉者以其性烈清淨故也凡餌藥之人不可食
鹿肉服藥不得力所以然者以鹿常食解毒之草是故

能治毒散諸藥故也九草者葛葉花鹿葱鹿藥白蒿水芹甘草薺頭蒿山蒼茸薺苨○麞頭微温無毒主虛損泄精肉味甘温無毒補益五臟髓益氣力悅澤人面麞無膽所以怯弱多驚恐黄帝云五月勿食麞肉傷人神氣○麋脂味辛温無毒主癰腫惡瘡死肌寒熱風寒濕痺四肢拘緩不收風頭腫氣通腠理柔皮膚不可近男子陰冷痿一名宮脂十月取黄帝云麋肉共蝦肉食之令人心痛生麑肉共雉肉食之令人作痼疾○虎肉味

酸無毒主惡心欲吐益氣力止多唾不可熱食壞人齒
虎頭虎肉治風邪眼睛主驚癎○豹肉味酸溫無毒宜
腎安五臟補絶傷輕身益氣冬食利人○狸肉溫無毒
補中輕身益氣亦治諸注黄帝云正月勿食虎豹狸肉
傷人神損壽○兎肝主目闇肉味辛平濇無毒補中益
氣止渴兎無脾所以能走盖以属二月建卯木位也木
尅土故無脾馬馬無脾亦能走也黄帝云兎肉和獺肝
食之三日必成遁尸共白雞肝心食之令人面色一年

成痺黄共薑食變成霍亂共白雞肉食之令人血氣不行二月勿食兎肉傷人神氣○生鼠微温無毒主踒折續筋補骨搗薄之三日一易○獺肝味甘有小毒主鬼疰蠱毒却魚鯁止久渴皆焼作灰酒和服之獺肉味苦温無毒主時病疫氣牛馬時行病皆取汁停冷服之六畜灌之○狐陰莖味甘有小毒主女子絶産陰中癢小兒陰㿗卵腫肉并五臟及腸肚味苦微寒有毒主蠱毒寒熱蠱臟痼冷小兒驚癇大人狂病見鬼黄帝云麝肉

共鶻肉食之作癥瘕○野猪青蹄不可食及獸赤足者
不可食野獸自死首伏地不可食獸有岐尾不可食家
獸自死共鱠汁食之作疽瘡十一月勿食經夏臭脯
成水病作頭眩丈夫陰痿甲子日勿食一切獸肉大吉
鳥飛投人不肯去者口中必有物口中無物拔一毛放
之大吉一切禽獸自死無處傷不可食三月三日勿食
鳥獸五臟及一切果菜五辛等物大吉○丹雄雞肉味
甘微溫無毒主女子崩中漏下赤白沃補虛溫中能愈

久傷之瘡不瘥者通神殺惡毒黄雌雞肉味酸鹹平無毒主傷中消渇小便数而不利腸澼泄利補益五臟絶傷五勞益氣力雞子黄主除熱火灼爛瘡痓可作琥珀神物卵白汁微寒主目熱赤痛除心下伏熱止煩滿欬逆小兒泄利婦人産難胞衣不出生呑之白雄雞肉味酸微温無毒下氣去狂邪安五臟傷中消渇烏雄雞味甘温無毒補中止心痛黑雌雞肉味甘平無毒除風寒濕痺五緩六急安胎黄帝云一切雞肉合魚汁食之成

心瘕雞居五色者食其肉必狂若有六趾四距元雞白頭家雞及野雞烏生子有文八字雞及野烏死不伸足爪此種食之害人雞子白共蒜食之短氣雞子共鼈肉蒸食之害人雞肉獺肉共食之作遁尸注藥所不能治食雞子啖生葱變成短氣雞肉犬肝腎共食之害人生葱共雞犬肉食令人穀道終身流血烏雞肉合鯉魚肉食生癰疽雞兎犬肉共食必利泄野雞肉共家雞子食之成遁尸尸鬼纏身四肢百節疼痛小兒五歲以下飲

乳未斷者勿食雞肉二月勿食雞子令人常惡心丙午日食雉肉丈夫燒目首女人血死妄見四月勿食暴雞肉作內疽在胸腋下出痛孔丈夫少陽婦人絶孕虛勞乏氣八月勿食雞肉傷人神氣○雉肉酸微寒無毒補中益氣止洩利久食令人瘦嘴主蟻瘻黄帝云八月建酉日食雉肉令人短氣八月初勿食雉肉損人神氣○白鵝脂主耳卒聾消以灌耳毛射工水毒肉味辛平利五臟○鶩肪味甘平無毒主風虛寒熱肉補虛乏除寒

熱利臟腑及水道黃帝云六月勿食鶩肉傷人神氣○鴛鴦肉味苦微溫無毒主瘻瘡清酒浸之炙令熱以薄止亦炙服之又治夢思慕者○鴈肪味甘平無毒主風攣拘急偏枯血氣不通利肉味甘平無毒久服長髮鬚眉益氣不飢輕身耐暑黃帝云六月勿食鴈肉傷人神氣○越燕屎味辛平無毒主殺蠱毒鬼注逐不祥邪氣破五癃利小便熬香用之治口瘡肉不可食入水為蛟龍所殺○黃帝云十一月勿食鼠肉損人神氣○石蜜

味甘平微寒無毒主心腹邪氣驚癇痓安五臟治不足益氣補中止腹痛解諸藥毒除衆病和百藥養脾氣消心下煩食飲不止腸澼去肌中疼痛治口瘡聰明耳目久服强志輕身不飢耐老延年神仙一名石飴白如膏者良是今諸山崖處味酸喰食之心煩其蜂黑色似亩黄帝云七月勿食生蜜令人暴下發霍亂黄蜜蠟味甘微温無毒主下利濃血補中續絶傷除金瘡益氣力不飢耐老白蠟主久泄澼瘥後重見血者補絶傷利小兒

久服輕身耐老不飢生於蜜房或木石上惡芫花百合
此即今所用蠟也○蝮蛇肉平有毒釀酒止癩疾諸凡
瘻心腹痛下結氣主益精氣强男子陽道交接不倦甚
女泄精不用相連者○鯎魚味甘無毒主百病○鰻鱺
魚味甘大温有毒主五痔漏殺諸疾○⿰魚且魚肉味大温
黒者無毒主補中養血治瀋唇五月五日取頭骨平無
毒燒服止久利○鱓魚平無毒主少氣吸吸足不能立
地黄帝云四月勿食蛇肉鱓肉損神害氣○烏賊魚骨

味鹹微温無毒主女子漏下赤白經汁並閉陰蝕腫痛寒熱癥瘕無子驚氣入腹腹痛環臍丈夫陰中痛而腫令人有子肉味酸無毒益氣强志○鯉魚肉味甘平無毒主欬逆上氣癉黄止渴黄帝云食桂竟食鯉魚肉害人腹中宿癥病者食鯉魚害人○鯽魚味甘平無毒主一切瘡燒作灰和醬汁傅之三日二又去腸癰黄帝云魚白目不可食之魚有角食之發心驚害人魚無腸膽食之三年丈夫陰痿不可起婦人絶孕魚身有黒點不

可食魚目赤作鱠食瘕病酢食之害人一切魚共菜食之作蛔蟲一切魚尾食之不益人多有勾骨者人咽害人魚有角白皆不可食凡魚赤鱗不可食魚無腮不可食魚無全腮食之發癰疽鯆魮魚不益人其尾有毒治齒痛鰕鱶魚有毒不可食二月庚寅日勿食魚大惡五月五日勿以鯉魚子共猪肝食必不消化成惡病下利者食一切魚必加劇致困難治穢飯鯘肉臭魚不可合食之害人三月勿食鮫龍肉及一切魚肉令人飲食不化

發宿病傷人神氣失氣恍惚鼈肉味甘平無毒主傷中益氣補不足療脚氣黄帝云五月五日以鼈子共包魚子食之作癉黄鼈腹下成王字不可食鼈肉兎肉和芥子醤油食之損人鼈三足食之害人鼈肉共莧蕨菜食之作鼈瘕傷人○蟹殻味酸寒有毒主胸中邪熱百結痛喎僻面腫散漆燒之致鼠其黄解結散血愈漆瘡癢益筋氣黄帝云蟹目相向足斑者食之害人十二月勿食蟹鼈損人神氣又云龜鼈肉共猪肉食之害人秘菓

菜共龜肉食之令人短氣飲酒龜肉並菰白菜令人生寒熱六甲勿食龜鼈害人心神螺蚌共菜食之令人心痛三日一發蝦鱠共豬肉食之令人常惡心多唾損精色蝦無鬚腹下通黑色者食之害人大忌勿輕十一月十二月勿食蝦蚌著甲之物。凡魚頭無正白連珠至春上不可食也。無腸膽魚不可食。魚非黑點不可食。魚頭似有角不可食。魚無腮不可食。鯷魚赤目鬚不可食。食不可合烏雞肉食。生魚目赤不可

作鱠食○魚不可合鸕鷀食○鯷魚不可合鹿肉食之○鯽魚不可合猪肝及猴肉○青魚不可合小豆藿食○魚汁不可合六畜自死肉食○青魚鮓不可合胡荽及生葵麥醬食○鯉魚酢不可合小豆藿食○鰕不可合雞肉食○鰕無鬚及腹下通黑及煑之白皆不可食○鯉魚不可合白犬肉食○鯉魚不可合緐蔞菜作蒸○鼈目凹不可食○鼈腹下有如王字不可食○鼈不可合雞鴨子食之○鼈肉不可合莧菜食之亦不可合龜

共煑之。黿不可合瓜共飲酒共秋菓食。蟹目相向及足斑目赤者不可食之。病人不可食鯷魚鱠魚鮰魚等。姙身不可食黿魚鱠。桂天門冬忌食鯉魚。又云人有食蟹中毒煩亂欲死服五蠱黃凡得吐下皆差夫蟹未被霜多毒熱煑乃可食之或云是水莨所為彭蜞亦有毒蔡謨食之幾死

食治中風附論

夫風者四時五行之氣八布八方順十二月終三百六

十日各以時從其鄉来為正氣之風風在天地為五行在人為五臓之氣生長為萬物非毒厲之氣人人當觸之遇不勝之氣乃病人之身唯在血與氣故身内血氣為真身外風氣為邪邪者風也是以聖人言避風如避矢故令人中風多病死者是不避邪毒氣也宜以食治之

方

發汗豉粥方出聖惠方治中風傷寒壯熱頭痛三二日

豉一合荆芥一握麻黄三分去根節葛根一兩梔子仁三分石膏三兩搥碎綿裹葱白七莖切生薑半兩切粳米三合

右以水三大盞都煎至二盞去滓内米煑作稀粥服之汗出為效如未有大汗宜再合服之

葛粉撥刀方出聖惠方治中風手足不遂言語蹇澁精神昏憒

葛粉四兩荆芥五錢葱白一握生薑半兩切香豉一合鹽花半兩

羊腎骨髓一兩川椒五十枚去目并閉口者

右以水五大盞先煎荆芥等取汁三盞和葛粉切作撥刀入汁中煑熟頓食之

豉粥方出聖惠方治中風手足不遂口面喎僻言語蹇澁精神昏悶

豉半升 荆芥一握 薄荷一握 葱白一握切 生薑五錢 鹽花五錢 羊髓五錢

右藥先以水三大盞煎豉荆芥等十餘沸去滓下薄荷等入米煎作粥食之

羊肚食方出聖惠方治中風

羊肚淨治如食法一枚　粳米淨淘一合　葱白七莖　豉一合　生薑細切一分

蜀椒去目并合口炒去汗三十枚

右六味將五味藥拌勻入於羊肚內爛煑熟切如常食法淡五味日食一枚十日止

葱豉薏苡仁方出聖惠方治中風頭疼心煩苦不下食手足無力筋骨疼痛口面喎斜言語不止

葱白一握　豉三合　薄荷一握　薏苡仁三合　牛蒡根切半升洗去麁皮

右藥以水五大盞煑葱白牛蒡根薄荷豉等煎去二盞半去滓入薏苡仁煑粥空腹食之

薏苡仁粥方出聖惠方治中風筋脈攣急不可屈伸及風濕等

薏苡仁三合薄荷一握荆芥一握葱白一握豉一合

右以水三大盞煎薄荷等取汁二盞入薏苡仁作粥空腹食

荆芥粥方出聖惠方治中風言語蹇澁精神昏憒口面喎斜

白粟米（净淘二合半） 荆芥穗（一握剉） 薄荷（一握） 豉（三合）

右四味先將三味以水三升煑至二升去滓取汁一升半投米煑粥空心食之一方用白粱米

冬麻子粥方（出聖惠方）治中風五臟風熱言語蹇澁手足不隨大便壅滯

冬麻子（炒搵研用仁半升） 白粟米（净淘三合） 薄荷（一握） 荆芥穗（一握）

右四味先以水三升煑薄荷荆芥二味去滓取汁二升以此汁研麻子仁濾過下白粟米煑粥空腹食之

一方用青粱米

惡實根粥方（出聖惠方）治中風不語

惡實根（去黑皮切一升）生薑（切三兩）陳橘皮（去白切二兩）青粱米（淨三合淘）

右四味以水五升先煮三味二升去滓下米煮粥空腹食之良

葛粉索餅方（出聖惠方）治中風心痺熱言語蹇精神昏憒手足不隨

葛根半斤擣取粉四兩 荊芥穗一握剉 豉三合

右三味以水四升煑豉并荊芥六七沸去滓汁次將葛粉和作索餅於二味熟中煑熟每空腹少入滋味食之

人參粥方出聖濟總錄 治中偏風胃悶噪煩食飲不得

人參一兩剉如栗以水四升煑至二升去滓下米 粟米五合 雞子一枚去黄用清 薤白一合切

右先用人參汁煑粟米粥將熟下雞子清入薤白切

一合候熟食之如食不盡可作兩次

葛粉飯方一名葛粉粥出聖惠方　治中風狂邪驚走心恍惚失忘及治手足不遂言語蹇澁嘔吐昏憒不下

葛粉四兩擂取粉　梁粟米飯半升

右以醬水浸飯漉出入葛粉拌勻於豉汁內急火煑熟著五味葱白食之日三仍勿雜食

補益大棗粥方出聖濟總録　治中風虚恐驚悸如人將補之四肢沉重

大棗七枚去核 青粱粟米二合

右以水三升半先煮棗取汁一升半去滓入米煮粥食之

葛實葉葅方出聖惠方 治中風煩燥口乾手足不隨及皮膚熱瘡

葛實葉嫩肥者一斤切 酥五錢

右先以湯煮葛實葉三五沸取出以新水淘過布絞去汁入於五味汁中畧煮點酥食之

蒼茸葉根方出聖惠方治中風頭痛濕痺四肢拘攣痛

蒼茸葉嫩苗一斤　酥一兩

右先煑蒼茸三五沸漉出用豉取汁一合水二大盞半煎汁取一盞半入蒼茸及五味作羮入酥食之

煑黑豆方出聖惠方治中風濕痺筋攣急痛胃中積熱口瘡煩悶大腸澀秘

黑豆半升煑令熟　酥五兩

右相合令匀不調食前後食一兩匙

酸棗仁粥方出聖惠方治中風筋骨風冷頑痺或不睡

酸棗仁半兩炒令黃研末以酒三合浸汁 粳米三合

右以粳米煑粥臨熟下酸棗仁汁更煑三五沸空心食之

天蓼粥方出聖惠方治中風半身不隨腰背反張

用天蓼木三斤細剉以水一石煑取二斗去滓每取汁一升内粳米一合煑粥稍熟食之一方用糯米治癩疾

烏雞酒方出聖濟總録　治中急風背強口噤舌直不得語目睛不轉煩熱苦渴或身重或身癢

用烏雌雞一隻去毛嘴脚破開去腸肚以酒五升煑取二升去滓分温三服相繼服盡汗即愈不汗者用熱生薑葱白稀粥投之蓋復取汗又雞腸肚勿去中屎緊急兩頭勿傷動煑汁服之作羮亦可

皂莢芽葅方出聖濟總録　治中風

用皂莢嫩芽不限多少先煑熟絞去汁炒過入五

味與紅粳米飯隨意食不可多

烏驢皮食方出聖惠方治中風手足不遂骨筋煩痛心懆口乾面目喎偏

用烏驢皮一張㩳洗如法蒸令極熟條切於豉汁中著五味調和更煮過空腹食之

羊頭膾方出聖惠方治中風頭眩羸瘦手足無力

用白羊頭一枚治如食法蒸熟細切以五味調和作膾食之

熊肉羹方出聖惠方治中風手足不隨及風痺不仁筋急脚氣等疾

用熊肉一斤去筋膜熟煮細切如常法調和作羹入五味任意食之

烏驢頭肉方出聖惠方治中風頭眩心肺浮熱手足無力筋骨煩痛言語蹇澁一身動摇又主風壯憂愁不樂能安心氣

用烏驢頭一枚洗如法蒸令熟細切更於汁中煮

著葱蒜鹽等并點少許酥任性食之驢肉亦可作腌臉或煑食之亦得及作粥並可

治中風濕痺五緩六急方出聖惠方

用野駝脂一斤鍊熟濾去滓收於磁盒中每日空服温酒一中盞調下半匙

治中風攣急疼痛方出聖惠方

用鴈脂五兩鍊熟濾過收於盒中每日空心温酒一中盞調下半匙

薯蕷撥刀方出聖惠方治心虛風眩頭痛

用生薯蕷不限多少去皮磨如稀糊如白麵作撥刀豉汁五味調和食之

薏苡仁粥方出聖惠方治中風四肢拘攣不得屈伸言語蹇澁大腸壅滯筋骨疼痛

薏苡仁三合冬麻子半斤搗碎

右等分以水三升研麻子取汁用煑薏苡仁粥空腹食之

治中風濕痺五緩六急骨中疼痛不能蹈地宜喫烏雌

雞羹方出聖惠方

用烏雌鷄一隻治如食法煑令熟細擘以豉汁薑

葱蒜醬調和作羹空腹食之

治中風脚膝疼痛不能踐地宜食鹿蹄肉羹方出聖惠方

用鹿蹄一具洗如法煑令熟擘細於五味汁中煑

作羹空腹食之

耐風寒方出本草

用熊掌得酒醋水三件煑熟則嗔大如皮毬食之

耐風寒

食治癇風癲附論

夫風邪癲癇者内血氣虚風邪入於陰經故也人有氣血榮養肺腑若氣血少則心虚而精神離散恍惚不安因為風邪所傷則發癲也又癇病者亦曰積血風熱發則仆地涎沫無所覺者是也宜以食治之

方

猪心羮方出聖惠方治風癇驚癇憂恚虛悸氣逆及婦人產後中風驚邪恍惚

猪心一枚　枸杞葉半斤　葱白五莖切

右各細切於豉中調和作羮食之作粥及蒸炒食之亦得

石膏粥方出聖惠方治風邪癲癇口乾舌難心煩頭痛暴熱悶亂

石膏半斤　粳米三合

右以水五盞煑石膏取二大盞去石膏用米煑粥欲熟入葱白二莖豉汁三合更同煑候熟空心食之石膏可三度用

野狐肉方出聖惠方治驚癇風癇精神恍惚言語錯謬歌笑無度兼五臟疾冷蠱毒寒熱

用野狐肉一斤及五臟治如食法於豉中作羮調以五味食之或作粥臛炙蒸並得或以羊肉或鯽魚汁替汁亦得然不如豉汁病人吐出清涎為效

白雄雞羮方出聖惠方治風邪癲癇不欲睡卧自能驕倨妄行不休言語無度安五臟下氣

用白雄雞一隻治如食法以水煑爛熟擘開肉於汁中入葱白薑五味作羮空心食之

猪頭膾方出聖惠方治風邪癲癇發歇不定

用猪頭一枚水煑熟停冷切作膾以五味食之

驢肉腌臉方出聖惠方治風邪癲癇及愁憂不樂安心下氣

用驢肉五斤水煑肉細切於豉汁中著葱醬作腌

臉食之或作羹亦得

猳猪肉膾方出聖惠方治風邪癲狂病經久不瘥或歌或笑行走無時

用猳猪肉五斤水煑熟切作膾入五味取任食之

食治風熱煩悶附論

夫風熱者由腠虛風熱之氣先傷皮毛而入於肺風在心胸膈肺壅滯則令人頭面浮熱心神昏悶故謂之風熱也宜以食治之

方

酸棗仁煎餅方出聖惠方治風熱心胸煩悶不得睡卧

酸棗仁三分炒熟擣末 人參一分末 茯神一分末 糯米四兩水洮細研

白麪四兩

右藥末入米麪中水調作煎餅食之并着肉臛五味食之可

淡竹瀝粥方出聖惠方治熱毒風心膈煩悶或小便赤澁

淡竹瀝一合 石膏一兩擣碎 黄芩一分擣碎 粟米三合半 蜜一合

右以水二大盞半煎石膏黄芩至一盞半去滓下米煑粥熟入竹瀝及蜜攪勻候熟任意食

豉粥方出聖惠方治風熱攻心煩悶不已

豉二合 青竹茹一兩 米二合

右以水三大盞煎豉竹茹取汁一盞半去滓下米煑粥溫食

茯苓粥方出聖惠方治心胸結氣煩悶恐悸風熱驚邪口乾

赤茯苓一兩 麥門冬一兩去心 粟米一合

右細剉先以水二大盞半煎至一盞半去滓下米煑粥温食

大棗粥方出聖惠方治風熱煩悶心肱膓澼腹中邪氣養皮膚氣力十二脈絡周通安神除恍惚

大棗二十七枚 茯神半兩 粟米二合

右細剉水二大盞煑至一盞半去滓下米煑粥温食之良

煑梨湯方出聖惠方治風熱攻心煩悶恍惚神思不安

梨三枚切 沙糖半兩

右以水一大盞煎至六分去滓食後分二次温服

煑天門冬方出聖惠方 治風熱煩悶口熱多渇

天門冬二斤去心 蜜二合

右以水五升煑天門冬各十餘沸漉出以新汲水淘三五徧瀝乾又以水三升和蜜又煑五七沸和汁収於不津器中逐日吃三兩飲汁一合立效

木通粥方出聖惠方 治風多熱多睡頭痛煩悶

木通二兩剉 粳米二合

右以水二大盞煑木通取汁一大盞半去滓下米煑粥溫食

竹葉粥方 出聖惠方 治風熱風癇心煩驚悸

甜竹葉二握細切 粟米二合淨淘

右以水二升煑竹葉取一升去滓投米作粥食或作白粥即入竹瀝二合攪勻食之亦得又方用苦竹葉

煎牛蒡方 出聖惠方 治風熱解丹石諸藥

用牛旁嫩葉一斤洗如法好酥隨多少煉牛旁葉

熟更洗去苦味重以酥及五味拌炒食之無堪下

飯秋冬用根佳春夏用葉妙

木通粥方出聖惠方治風壅心膈煩熱口舌乾渴

木通三兩剉　生地黄五兩切　粳米三合

右以水三大盞煎取二盞去滓入米煮粥食之

食治傷寒諸病

方

杏仁粥方出聖濟總録 治傷寒吐下發汗後虚羸喘急欬嗽不思食

杏仁一兩湯浸去皮尖雙仁細研入黄牛乳三合攪和濾取汁 大棗去核七枚 桑根白皮一兩剉 人參一兩 生薑半斤切片 粳米淨洗三合

右先用水三升煎人參棗生薑桑白皮至二升去滓澄清下米煑粥欲熟即下杏仁汁攪令勻空心任意食之

地黄散方出聖濟總録 治傷寒後脚膝無力四肢羸劣

熟地黄一兩焙　地骨皮一兩　五味子一兩　桂五錢去粗皮　黄耆一兩半剉

右搗羅為散每服五錢先用水三盞將羊腎一具去筋膜切片同煎至一盞半先取出羊腎食之次去滓服藥空心食之

枸杞粥方出聖濟總録　治傷寒後虛羸勞熱背髆頭疼

枸杞四兩切　葱白七莖切　薤白十四莖切　豉一合炒　粳米三合淨洗

右用水三升先煎枸杞葱薤豉等取一升半去滓下

米煮作粥空心食之

薤白生葱粥方（出聖濟總録）治傷寒後氣虛羸劣

薤白（七莖切）生薑（三錢半切）羊腎（去脂膜細切一具）粳米（淨洗二合）

右先將米用水煮作粥候熟下羊腎生薑薤白鹽少許攪和令白空心食之

牛膝粥方（出聖濟總録）治傷寒後虛勞四肢煩頭痛口乾壯熱

牛膝苗葉（一兩）龍葵葉（一兩）生地黃（一兩切焙）粳米（淨洗二合）

右用水二升先煎牛膝龍葵地黄取一升去滓下米煑粥空心食

又方出聖濟總録

猪腎去脂膜細切二具　生地黄三兩研取汁　粳米淨洗三合　豉炒一合

右先將豉并猪腎用水二升煎至一升去滓下米及生地黄汁煑作粥入五味和食不計時

又方出聖濟總録

羊腎去脂膜細切二具　薤白切七莖　黄耆剉一兩　生薑切三錢半

右先將黄耆生薑用水二升煑至一升去滓下羊腎及薤白煑作羮入五味調和食不計時候

參苓粥方 出聖濟總録 治傷寒胃氣不和不思食日漸虚羸

人參一兩剉 白茯苓去黑皮剉半兩 粳米淨洗二合 生薑切二錢

右先將人參茯苓生薑用水三升煎至一升去滓下米煑作粥臨熟下鷄子白一枚及鹽少許攪令匀空心食之

薤白麵方 出聖濟總録 治傷寒後水穀痢

薤白切半兩生薑切半兩麵一匙

右以酷煑薤白生薑拌匀次用水同煑令熟空腹温食

小豆食方出聖濟總録治傷寒後水穀痢

小豆揀擇淨洗一升黄蠟三兩

右以水二升旋旋下水煑令極爛隨意食之不拘時候

葱粥方出聖濟總録治傷寒後小便赤澁臍下急痛

葱白十四莖細切 牛酥半兩 荳蔲一兩 良薑半兩 麵一兩

右以水一升先煎荳蔲高良薑二合去滓幷葱薑汁和米麵作粥煮熟以羊肉臛調和空腹食之

蒸猪肚方 治脾胃氣弱不下食

猪肚一枚淨洗去脂 人參一兩 陳橘皮湯浸去白焙一兩 粟米飯半升

猪肺一枚切

右搗人參橘皮為末以猪肺拌飯入二味末及鹽醬椒薑等末三錢共和內猪肚中縫合蒸熟空腹食

山芋撥刀方　治脾骨氣虚不嗜食日漸羸瘦

乾山芋末二兩　白麵四兩　羊肉四兩炒臛　生薑二合

右先用生薑汁和麵并山芋末切作撥刀煑熟以羊肉臛調空腹食之

半夏碁子粥方　治脾胃氣弱痰𡃷嘔吐不下飲食

半夏二錢湯洗七遍令滑　乾薑一錢炮裂　白麵三兩　雞子白一枚

右搗羅為末與麵及雞子白相和溲切碁子熟煑別用熟水淘過空腹食之

羊肉索餅方　治脾胃氣弱見食嘔逆瘦劣

白麵四兩　雞子二枚取清　生薑一合　羊肉四兩炒

右將雞子清生薑汁和麵作餅煮熟入羊肉臛調和空腹食之

生薑煎方出聖惠方　治脾胃氣弱不能下食黃瘦

生薑汁一合　蜜二合　生地黃汁一升

右先和以微火煎如稀餳每服一匙和水一盞入燒酒二合攪令勻空心食之

羊脊骨羹方出聖惠方治脾氣虛冷羸瘦不下食

羊脊一具搥碎以水一斗煑取五升米二合

右取汁二大盞半著米及薑鹽葱作粥或作羹空心食之

高良薑粥方出聖惠方治脾胃冷氣虛勞羸瘦不能下食

高良薑二兩剉　羊脊骨一具搥碎

右以水一升煑二味取五升去骨等再取汁二大盞半用米二合入葱椒鹽作粥食之或以麪食餺飥作

羮並得

硫黃粥方出聖惠方治脾胃氣弱不思飲食

硫黃一分細研　白粱米二合

右以水煑作粥入硫黃末及酒二合攪令匀空心食之

訶梨勒粥方出聖惠方治脾胃氣不和消去宿食

訶梨勒二枚煨用皮搗羅為末　粟米二合

右以水二大盞煎取一大盞下米煑粥入少鹽空心

食之

猪肝方出聖濟總録治脾胃氣虚不下食雖食米穀不化

猪肝半斤去脂膜　野雞胸臆肉四兩

右細切於細瓦上暴乾擣羅為末空腹粥内調一方

猪肝一味依法暴乾為末白粥調食每五錢日再食

服之

薑汁索餅方出聖惠方治脾胃氣弱食不消化羸劣瘦弱

白麵二兩　麯末二兩

右以生薑汁三合和作索餅着熟羊肉臛調和空腹食之

雞子索餅方　治脾胃氣弱見食嘔吐瘦羸無力

雞子五枚取清　白麵一兩

右以雞子清和麵作索餅入豉汁中煮熟入椒薑葱等空腹食之或以羊肉臛和之

糯米飯方出聖濟總録　治脾胃氣弱

糯米三升淨洗　麵米五合研如粉

右蒸糯米熟以麴米末拌匀器盛經宿每日空腹食半盞

猪脾粥方出聖濟總録治脾胃氣弱不下食米穀不化

猪脾一具猪胃一枚

右淨洗細切入好米兩合如常法煑粥空心食之

羊肉索餅方出聖惠方治脾氣弱不下食四肢無力日漸消瘦及治初欲有姙中憒悶嘔吐惡聞食氣頭重眼腫四肢煩疼多卧少起寒汗出疲乏

羊肉四兩細切炒臛　麪四兩

右以生薑汁和麪作索餅以羊肉合豉汁中熟煑空腹食之

鯽魚羹方出聖濟總録　治脾氣弱不下食四肢無力日漸羸瘦

蓴菜四兩　鯽魚紙裹炮令熟研四兩

右入橘皮生薑葱白煑羹空腹食之

虎肉方出聖濟總録　治脾氣弱常欲嘔吐

用虎肉四兩切片以竹筯貫炙熟放冷食

鯽魚熟鱠方出聖惠方治脾胃冷氣不能下食虛弱無力

用鯽魚一斤鮮者治如食法細切作鱠以羊肉汁入椒乾薑一時羅蔔芰橘皮醬醋等煑令熟空心食之

治脾胃氣冷喫飯嘔逆下赤白痢如麵腰臍切痛出本草方

用猪腎一對研着胡椒橘皮鹽醬末等溲麵如常法作餛飩熟煑空服二碗立差

治脾胃冷氣不能下食虛弱無力宜鱠豉羮出本草方

用鯽魚一斤細切作鱠沸豉汁熟再著胡椒乾薑

蒔蘿橘皮等末空心食之

治脾胃冷弱腹中積冷脹滿刺痛出本草

用肥猪肉半斤以米鹽豉等煑粥頻喫一兩頓

普濟方卷二百五十七